

er



PROFESIONAL**EJERCICIO DE REFLEXIÓN Y ACCIÓN**

En términos de la elección profesional es indispensable ampliar la información que tienes acerca de los estudios y profesiones, pues en ocasiones lo que se cree de determinada carrera se basa solo en una o unas cuantas características de dicha carrera y no en todas las que la definen, lo que implica no tomar decisiones acertadas.

Elegir una carrera es como planear un viaje, para decidir a dónde quieres ir de vacaciones es necesario no solo pensar en el lugar en el que quisieras estar, si es la playa, las montañas, una ciudad específica.

Antes de llegar a tu destino, debes trazar una ruta de viaje: ¿lo mejor es ir en carro o en avión? Si vas en carro, cuál será la mejor ruta, indagar por el estado de las carreteras y del vehículo, presupuestar cuánto te vas a gastar de gasolina, peajes, en cuánto tiempo llegarás a tu destino, en qué hoteles te puedes alojar dependiendo de tu presupuesto, o de tus necesidades, cuántos días piensas estar de vacaciones, etc.

Cuando planeas un viaje te formas algunas ideas de lo que esperas encontrar, basado en una revisión de imágenes del lugar al que vas, el relato de amigos que ya han estado allí, publicidad acerca del lugar, etc., qué actividades puedes realizar (de esto depende también el tipo de ropa que lleves).

Todo esto se relaciona con la fase de búsqueda. Así mismo la elección

Es necesario que realices una búsqueda, un plan de viaje, para poder tomar una decisión acorde con tu forma de pensar, de ver la vida, con lo que esperas de tu vida académica y profesional y recuerda que, **la carrera que elijas se convierte en gran parte de tu estilo de vida, así mismo la mayoría de las personas se desempeñan en su profesión alrededor de unos 40 años. ¿Te imaginas 40 años de tu vida, 8 horas al día, 5 días a la semana, haciendo algo con lo que no te encuentras satisfecho?**

Ahora bien, no se puede hacer un plan de acción (plan de viaje) si no sabemos para dónde vamos o hacia dónde nos dirigimos, si no tenemos claras las metas que queremos lograr.

Lo primero que ha de tenerse presente es que las metas que quieras lograr son tuyas y de nadie más. Es posible que las personas cercanas a ti se sientan parte de ellas y se alegren o entristezcan con tus logros o fracasos, sin embargo eres tú el dueño y responsable de tus metas y estas se alcanzan a través de pasos o peldaños, acciones concretas del día a día.

CARACTERÍSTICAS DE LAS METAS*

- **Ser concebibles:** debes poder definir tu meta y verla claramente de manera que comprendas cuales son los pasos para alcanzarla.
- **Ser creíbles:** debes creer que puedes alcanzar tu meta.
- **Ser alcanzables:** La meta que estableces debe estar dentro de tus fortalezas y habilidades. Por ejemplo, alguien que nunca antes ha levantado pesas probablemente no deba fijar una meta de empuje en banco de 140kg para la semana siguiente. (Sin embargo, esa

- **Ser controlables:** En la medida de lo posible, no debieras depender de alguien más para alcanzar tus metas. Por ejemplo, obtener un empleo puede depender del mercado laboral y de la aprobación de tus padres. No obstante, hablar con tu padre acerca de obtener un empleo o diseñar una hoja de vida son cosas que tú puedes controlar.
- **Ser medibles:** La meta debe poder medirse en términos de tiempo o cantidad. Si la meta es obtener un “10” en álgebra, entonces debes saber qué notas necesitas sacar en las evaluaciones y trabajos prácticos.
- **Ser deseables:** La meta debe ser algo que realmente deseas hacer, no algo que sientas que tienes que hacer o debieras hacer. Por ejemplo, ganarse la vida es algo que debemos hacer, mientras que aprender a jugar al fútbol puede ser algo que nos gustaría hacer.
- **Ayudar a crecer:** La meta nunca debe ser autodestructiva o destructiva respecto de otros o de la sociedad. Beber media docena de cervezas antes de la mañana siguiente es creíble, alcanzable, medible y controlable, pero no es una meta que deba recibir apoyo. Debes distinguir entre las metas constructivas y las destructivas.

Ahora que conoces las características de las metas te invitamos a que reflexiones en torno a las tuyas.

Encontrarás algunos cuestionarios que requieren de honestidad, los puedes encontrar agradables y motivadores y recuerda que serán únicamente para ti, tú serás el principal beneficiado.